

即兴说话策略丛书
TECHNIQUES FOR IMPROMPTU SPEECH

龙人素质教育基地策划

即兴说话素材大全

非常时代呼唤非常人才
非常人才必需非常口才

非常口才=即兴说话

谢伦浩◎主编



能言善辩 新概念
口若悬河 新技巧

中华口才学会
专家隆重推荐

石油工业出版社

TECHNIQUES FOR IMPROMPTU SPEECH

即兴

说话素材大全



谢伦浩◎主编



石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

即兴说话素材大全/谢伦浩主编. --北京:石油工业出版社, 2002. 10

(即兴说话策略丛书)

ISBN 7-5021-3966-4

I. 即… II. 谢… III. 口才学-手册 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 076000 号

书 名:即兴说话素材大全

编 者:谢伦浩

责 编:郎东晓

出版发行:石油工业出版社 邮政编码:100011

通讯地址:北京安定门外安华里二区一号楼

经 销:全国新华书店

印刷装订:石油工业出版社印刷厂印刷

开 本:850×1168 1/32 印张:17.75

字 数:400 千字

版 次:2002 年 10 月北京第 1 版

印 次:2002 年 10 月北京第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

书 号:ISBN 7-5021-3966-4/B·4

定 价:24.80 元

《即兴说话策略丛书》

编 委 会

主 编：谢伦浩

编 委：	黄元松	高向明	付晚秀	刘 昆
	白 碧	刘双华	雷向红	付艳平
	王 海	孙启望	贾宜彩	赵 敏
	宋晓梅	郭 垒	晁伟庆	张继辉
	夏晚彤	曹惠萍	吴恒昌	李延国
	陆伟立	董玉琨	李志红	吕奇琛
	黄满发	宋尊奇	于德鑫	

前言

说话是一门艺术，即兴说话更是一门高超的语言表达艺术。古今中外，很多卓越的口才大师往往是胸藏百汇，舌吐风雷，振臂高呼，应者云集，挽狂澜于既倒，助巨浪而前行。他们的即兴说话往往具有神奇的感染力、鼓动性和说服力。

战国时的苏秦依仗三寸不烂之舌，游说东方六国，身挂六国帅印，促成合纵抗秦联盟；三国时诸葛亮出使东吴，舌战群儒，终于说服吴主孙权和都督周瑜联刘抗曹，大破曹兵；戊戌变法中的梁启超面对国难，大声疾呼，唤起民众投身革命；我们敬爱的周恩来总理多次在谈判桌上，以他那闻名世界的铁嘴挫败敌手，捍卫祖国尊严……。无数事实表明，即兴说话能发挥改天换地、惊天动地的巨大作用。

在现实生活中，改革开放的政治形势和现代信息化社会，信息量增大，信息流传加快，口语交际的机会增多，即兴表达的场合也拓宽了。理论家崇论宏议，情动四海；军事家理薄中天，言之凿凿；外交家侃侃而谈，不容置喙。此外，企业家的谈判，营业员的推销，学者的交流都要有非凡的即兴说话的技巧。正因为如此，即兴说话作为一种宣传真理的好工具，获取信息的好途径，扩大联系的好机会，求知学习的好渠道，锻炼口才的好方法而受到人们特别是青少年朋友的重视。我们曾看到不同行业、不同年龄、不同层次的人们置身讲坛、英姿焕发，即兴而说：他们或



大声疾呼，力陈改革良策；或纵横畅谈，议论美好前程；或热血沸腾，讴歌伟大祖国；或慷慨陈词，痛斥不正之风；或精细剖析，阐明人生哲理……。声情并茂，鞭辟入里，令人难忘。

即兴说话作为一种语言表达方式使用在演讲、辩论、谈判、推销、报告、会议、主持、导游、讨论、教学等方面，也使用在商场、旅馆、酒店、交通、医疗、邮电、银行等场所，可以说无处不要即兴说话，无时不要即兴说话。

即兴说话是我们应具备的人生基本功，要想即兴表达时左右逢源、游刃有余，平时要加强训练，具备以下一些素质：

1. 完善的人格

古人云：“有德不敌”，“人之情，心服于德而不服于力”。即兴说话总的宗旨是树立自己，说服对方。无德乃不能使人心悦诚服。这就要求我们要加强思想情操与气节的修养，要实事求是，光明磊落；要言行一致，表里如一；要胸怀坦荡，镇定自若；要平心静气，遇乱不惊。惟其如此，才能在即兴表达时晓之以理、动之以情，励之以意、导之以行。

2. 广博的知识

广博、完整、严谨的知识结构是表达者口若悬河、妙语连珠、谈笑风生的坚实底蕴。下面我们来看一则“狮城舌战”的即兴论辩实例。复旦大学队在半决赛对悉尼队时，辩论“艾滋病是医学问题，还是社会问题”。为阐述单靠医学手段不能征服艾滋病这个“世界恶魔”的观点，三辩在自由论辩中讲到：在非洲许多地方，艾滋病已经造成了‘千山鸟飞绝，万径人踪灭’，对方难道还要让医学这个‘孤舟蓑笠翁’来‘独钓寒江雪’吗？这里辩手巧妙进行语

言转换，赢得了热烈的掌声。原因当然应归于辩手丰富的知识储备。

3.良好的心理素质

心理素质是人的综合素质中极其重要的因素。它是即兴说话者所必须具备的稳定的心理特点。良好的心理素质不仅是顺利进行即兴表达的前提，也是取得满意效果的可靠保证。

心理素质的因素很多，其感觉、知觉、注意、记忆、思维、情绪、情感、性格、气质等构成的感情流露，都直接影响着即兴表达的效果。心理素质能力主要包括敏锐的观察力、充分的自信心、良好的记忆力、丰富的想像力和大胆的创造力等。

4.强烈的表达欲望

欲望是人所共有的心理现象，是人们的思想行为所共有的内驱力。一般来说，每个人都有言语表达的欲望，该说的话没说，或说而未能尽兴，都会有一种莫名的惆怅。因此，我们应尽最大的努力，把自己的思想表达出来，将自己的感情和观念，经由个人与个人的联系，或者通过公众场合表达出来，让别人清楚地发现你的才能。随着表达能力的提高，你会逐渐发现真正的自我，你的意志和信心也会跟着提高。表达欲望在人们的交际行为中起着巨大的推进作用，它是促使即兴说话走向成功的动因。

即兴说话是一门艺术，也是一种技巧。作为技巧，是可以通过后天的训练而习得的。为了提高读者朋友的即兴说话水平，我们编写了这套《即兴说话策略丛书》。本套丛书共6册，分别为《即兴说话艺术》、《即兴演讲构思方略》、《即兴论辩表达技巧》、《即兴幽默运用战术》、《即兴对话经典品读》、《即兴说话素材大全》。本套丛书讲求



实用操作性与知识趣味性，它可以作为高校与职业中专的口才学参考教材，也是对口才学尤其是即兴说话艺术感兴趣的广大读者朋友学习即兴说话技巧的良师益友。

编 者

2002年10月

目 录

引证篇

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 人生(3) | 2. 真理(6) | 3. 爱国(10) |
| 4. 自由(14) | 5. 修养(17) | 6. 教育(22) |
| 7. 生活(26) | 8. 时间(29) | 9. 求知(33) |
| 10. 事业(37) | 11. 理想(39) | 12. 勤奋(43) |
| 13. 健身(46) | 14. 文明(50) | 15. 命运(54) |
| 16. 信仰(59) | 17. 青春(62) | 18. 才智(66) |
| 19. 情感(70) | 20. 友谊(74) | 21. 爱情(77) |
| 22. 家庭(81) | 23. 谦虚(85) | 24. 节俭(89) |
| 25. 追求(93) | 26. 实践(96) | 27. 勇气(97) |
| 28. 思考(101) | 29. 财富(105) | 30. 爱憎(109) |
| 31. 成败(113) | 32. 忧乐(117) | 33. 荣辱(121) |
| 34. 善恶(125) | 35. 嫉妒(129) | 36. 逆境(133) |
| 37. 科学(137) | 38. 语言(142) | 39. 艺术(146) |

数据篇

- 人类生活(155)
- | | |
|------------------|--------------------------|
| ① 人的价值(155) | ⑧ 有趣的人体数据(158) |
| ② 人体的数字(155) | ⑨ 人的体温(159) |
| ③ 体内时钟一览(156) | ⑩ 发展中国家人才外流(159) |
| ④ 从数据看头发(157) | ⑪ 日本经济腾飞的翅膀——引进
(159) |
| ⑤ 身体每天需要多少水(157) | ⑫ 美国的智力引进(160) |
| ⑥ 人脑的容量(157) | ⑬ 我国历代人口数(160) |
| ⑦ 人的年龄分段(157) | ⑭ 生命中最危险的时刻(163) |

- ⑮ 有趣的寿称(163)
- ⑯ 营养之最(164)
- ⑰ 常用食物的蛋白质含量(164)
- ⑱ 100 克食物热能含量(165)
- ⑲ 漫话核能(166)
- ⑳ 空气污染在家中(167)
- ㉑ 被动吸烟的危害(167)
- ㉒ 勤奋多寿翁(167)
- ㉓ 女性貌美的标准(167)
- ㉔ 中国女性的一天(168)
- ㉕ 我国城乡居民前十位死因顺位(169)
- ㉖ 世界卫生组织报告人类健康情况(169)
- ㉗ 百姓看病最关心的是什么(170)
- ㉘ “模范团长”李国安(170)
- ㉙ 吴文俊、袁隆平获重奖(171)
- ㉚ 执著的凡尔纳(171)
- ㉛ 嫉妒的危害(171)
- ㉜ 中外儿童体力劳动时间比较(172)
- ㉝ 雨果的一生(172)
- ㉞ “听话”儿童问题多(172)
- ㉟ 读书积少成多(173)
- ㊱ 惊人的业余时间(173)
- 天文地理(173)
- ㊲ 地球在太阳系中的位置(173)
- ㊳ 地球的每天时间在延长(174)
- ㊴ 地球的数据(174)
- ㊵ 月球常识(175)
- ㊶ 为什么天空是蔚蓝色的(175)
- ㊷ 雨的等级(175)
- ㊸ 捕害虫能手(176)
- ㊹ 冷凉暖热的标准(176)
- ㊺ 目测距离的远近(176)
- ㊻ 世界之最(177)
- ㊼ 20 世纪 90 年代大地震(179)
- ㊽ 雷击的一些数字(180)
- ㊾ 风级表(181)
- ㊿ “一刹那”有多久(181)
- ① 十二时辰何指(182)
- ② 世界十大海的面积(182)
- ③ 温差变化最大的地方(182)
- ④ 我国“三大平原”、“四大高原”的海拔(183)
- ⑤ 西藏资源(183)
- ⑥ 长江黄河多少岁(183)
- ⑦ 昆虫之最(184)
- ⑧ 世界树木之最(184)
- ⑨ 世界鸟类之最(185)
- ⑩ 世界奇城(185)
- ⑪ 广袤的国土,丰富的动植物(186)
- ⑫ 我国复杂的气候条件(186)
- ⑬ 我国水利资源的开发和利用(187)
- ⑭ 我国富饶的水产资源(187)
- ⑮ 我国珍贵繁多的鸟类资源(188)
- ⑯ 利用新能源(188)
- ⑰ 我国的主要河流(189)
- ⑱ 我国的主要湖泊(189)
- ⑲ 我国十大名窟(190)

- ⑦① 最大的瀑布(191)
- ⑦① 脚最多的动物(191)
- ⑦② 最大的龟(191)
- ⑦③ 最大的两栖动物(191)
- ⑦④ 含油最多的树(191)
- ⑦⑤ 品种最多的花种(192)
- ⑦⑥ 蝴蝶最多的地方(192)
- ⑦⑦ 最大的陆生动物(192)
- ⑦⑧ 一亩树林的作用(192)
- ⑦⑨ 保护水资源(193)
- ⑧① 严重的水污染(193)
- ⑧① 三峡库区水污染情况(193)
- ⑧② 我国严重的能源浪费情况(194)
- ⑧③ 环境污染(194)
- ⑧④ 世界特大森林火灾一览(195)
- ⑧⑤ 五种仅存的老虎(196)
- ⑧⑥ 我国海洋资源丰富(196)
- ⑧⑦ 神州第一大县——若羌(197)
- ⑧⑧ 我国土地资源到底能养活多少人?(197)
- ⑧⑨ 世界八分之一植物物种灭绝(198)
- ⑨① 台风的威力有多大(198)
- 科学技术(198)**
- ⑨① 我国向信息化大踏步迈进(198)
- ⑨② 21 世纪的十大变化(199)
- ⑨③ 我国将建六大生态林(199)
- ⑨④ 我国面临十大生态问题(200)
- ⑨⑤ 三峡工程的世界之最(200)
- ⑨⑥ 20 世纪世界大地震(201)
- ⑨⑦ 如何计算 K 金的纯金含量(201)
- ⑨⑧ 元素之最(202)
- ⑨⑨ 确定房价的参考标准(202)
- ⑩① 怎样才算现代化国家(203)
- ⑩① “第二次世界大战”中的最大战争(203)
- ⑩② 汽车普及率前六位的国家(204)
- ⑩③ 世界海军力量排名(204)
- ⑩④ 世界航母知多少(204)
- ⑩⑤ 美国的五角大楼(205)
- ⑩⑥ 古稀之年的诺贝尔奖获得者(205)
- ⑩⑦ 心理疾患数据统计(206)
- 历史民俗(206)**
- ⑩⑧ 古皇拾趣(206)
- ⑩⑨ 中国文物之最(207)
- ⑩⑩ 我国状元有多少(208)
- ⑩⑪ 旧中国的总统(208)
- ⑩⑫ 北京故宫(209)
- ⑩⑬ 丧权辱国的不平等条约(209)
- ⑩⑭ 抗日战争中国的损失知多少(210)
- ⑩⑮ 医疗卫生的节日(210)
- ⑩⑯ 我国民主党派完成新老交替(211)
- ⑩⑰ 中国的一天(211)
- ⑩⑱ 宗教小知识(212)
- ⑩⑲ 最大的教士团体(213)
- ⑩⑳ “第二次世界大战”重要数字(213)

- ⑪ 世界战史之最(213) ⑬ 十大国际艺术节(222)
- ⑫ 邪教——西方社会一大公害(214) ⑭ 中国的艺术节(222)
- 文化艺术(215) ⑮ 写这些书花了多长时间(223)
- ⑯ 从数据看中国文艺之最(215) ⑰ 世界最早最大的百科全书(223)
- ⑱ 从数据看世界文艺之最(216) ⑲ 我国古典名著人物知多少(223)
- ⑳ 世界上有多少种语言(218)
- ㉑ 世界上使用最多的十种语言(219) ㉒ 最高的斜塔(224)
- ㉓ 汉语七大方言使用情况(219) ㉔ 宝塔最多的城市(224)
- ㉕ 历代汉字知多少(220) ㉖ 各种球的标准质量(224)
- ㉗ 世界上最大的书(220) ㉘ 投掷类体育器材质量(224)
- ㉙ 我国六大古书字数(220) ㉚ 跳水比赛中的数字(225)
- ㉛ 名著的创作时间(221) ㉜ 奥运金牌奖金数目(226)
- ㉝ 各种文字奖金知多少(221) ㉞ 北京与奥运(226)
- ㉟ 青年成名的中国作家(227)

熟语篇

——歇后语(231)

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 哲理(231) | 2. 修身(232) | 3. 赞美(233) |
| 4. 真诚(234) | 5. 清廉(235) | 6. 团结(236) |
| 7. 刚强(237) | 8. 奋进(238) | 9. 智慧(239) |
| 10. 计谋(241) | 11. 错误(242) | 12. 凌乱(244) |
| 13. 敷衍(245) | 14. 守旧(247) | 15. 怯懦(248) |
| 16. 虚夸(249) | 17. 徒劳(250) | 18. 离心(251) |
| 19. 仇冤(252) | 20. 蔑视(253) | 21. 屈辱(254) |
| 22. 悲苦(255) | 23. 穷困(256) | 24. 困难(256) |
| 25. 灾祸(257) | 26. 昏庸(258) | 27. 蛮横(259) |
| 28. 懒惰(260) | 29. 贪婪(261) | 30. 讥讽(262) |
| 31. 凶残(263) | 32. 伪劣(263) | 33. 罪恶(265) |
| 34. 否定(266) | | |

——惯用语(268)

1. 褒义类(268) 2. 贬义类(270) 3. 中性类(277)

——谚语(280)

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 人生(280) | 2. 理想(281) | 3. 人民(283) |
| 4. 国家(283) | 5. 法度(284) | 6. 军事(285) |
| 7. 科教(286) | 8. 集体(286) | 9. 真理(288) |
| 10. 阅历(288) | 11. 学识(289) | 12. 才智(290) |
| 13. 方法(291) | 14. 言引(292) | 15. 友谊(294) |
| 16. 家庭(295) | 17. 爱情(296) | 18. 亲邻(297) |
| 19. 健身(298) | 20. 精神(299) | 21. 生活(300) |
| 22. 疾病(301) | 23. 规律(302) | 24. 因果(303) |
| 25. 条件(304) | 26. 变易(304) | 27. 比较(305) |
| 28. 学习(306) | 29. 为人(308) | 30. 惜时(308) |
| 31. 信誉(310) | 32. 诚信(311) | 32. 团结(313) |
| 33. 金钱(314) | 34. 家教(315) | 35. 老幼(315) |
| 36. 自尊(316) | 37. 俭洁(318) | 38. 毅力(318) |
| 39. 谦逊(320) | 40. 勇敢(321) | 41. 勤劳(322) |
| 42. 磨练(323) | 43. 劝诫(325) | 44. 胸怀(326) |
| 45. 克敌(328) | 46. 困苦(328) | 47. 忧愁(328) |
| 48. 失误(329) | 49. 善恶(330) | 50. 愚昧(331) |
| 51. 骄傲(332) | 52. 懒惰(333) | 53. 贪婪(334) |
| 55. 谄媚(335) | | |

典故篇

——求学惜时(339)

⑦ “一天变三天”与“一生才三天”

① 高风流麦(339)

(341)

② 人而不学? 则何以成?(339)

⑧ 名人与时间(341)

③ 关肃霜的“三出来”(339)

⑨ 富兰克林的时间表(342)

④ 梅花香自苦寒来(339)

⑩ 跟死神争分夺秒(342)

⑤ 一天与一年(340)

⑪ 积之既久,水到渠成(343)

⑥ 鲁迅嚼辣椒取暖(341)

⑫ 两个家族命运的启示(343)

⑬ 罗蒙诺索夫相亲换书(344)

⑭ 囚梦与写作(344)

⑮ 董诰以少者为师(345)

⑯ 贾岛“推敲”索佳句(345)

⑰ 断齑划粥(346)

⑱ 恶平公晚年笃学(346)

⑲ 欧阳修的“三上”(346)

⑳ 荀淑不耻下问(347)

㉑ 王羲之临池不辍(347)

㉒ 杨时程门立雪(347)

㉓ “警枕”(348)

㉔ 两把椅子(348)

㉕ 没有时间治疗(348)

㉖ 避客(348)

——爱国信仰(349)

㉗ 屈原以身殉国(349)

㉘ 商鞅取信于民(350)

㉙ 卫文公勤俭强国(350)

㉚ 钱唐抬棺死进谏(350)

㉛ 黄继光舍身堵枪眼(351)

㉜ 卞和三献宝石(351)

㉝ 科学家誓死捍卫真理(352)

㉞ 赵广断指拒作画(353)

㉟ 中国作家的妙答(353)

㊱ 李燕杰的“现在进行时”(354)

㊲ 屠格涅夫热爱祖国语言(354)

㊳ 一位旅美画家的遗嘱(354)

㊴ 海外华侨的“乡井土”(355)

㊵ 画面上的少女(355)

㊶ 肖邦心脏回国(355)

㊷ 马寅初立“遗嘱”(356)

㊸ “贝多芬只有一个”(356)

㊹ 陶渊明不为五斗米折腰(356)

㊺ “根”(357)

——人生态度(357)

㊻ 希伯斯献身科学(357)

㊼ 施密特蛇咬身亡(358)

㊽ 鲁迅投笔从戎(358)

㊾ 愚公移山矢志不移(358)

㊿ 勾践卧薪尝胆(359)

① 花木兰替父从军(359)

② 张海迪身残志坚(359)

③ 琴纳自信成功(360)

④ 准备完毕(360)

⑤ 成功不分先后(361)

⑥ “耻辱戒指”(361)

⑦ 夏菊花绝技秘诀(362)

⑧ 艺术家的良心(362)

⑨ 莫里哀死在舞台上(362)

⑩ 梨虽无主,但我心有主(363)

⑪ 最后一片叶子(363)

⑫ 姜太公钓鱼(364)

⑬ 在权威面前(364)

⑭ “早”(364)

⑮ 三毛横溢之才始自学(365)

⑯ 名人的兴趣(365)

⑰ 史丰收喜欢口算(366)

⑱ 耿弇有志事竟成(367)

⑲ 苏轼嘲讽短志人(367)

⑳ 贫僧志坚达南海(368)

㉑ 周恩来雄心早立(368)

——道德修养(369)

㉒ 尧帝“禅让”贤明君(369)

㉓ 周公一生谦虚恭谨(369)

- ⑦④ 杨嘉厚德世人敬(370)
- ⑦⑤ 晏子以身作则(370)
- ⑦⑥ 明山宾真心对人(370)
- ⑦⑦ 李世民“以人为镜”(371)
- ⑦⑧ 毛泽东一生俭朴(372)
- ⑦⑨ 蔡磷不贪亡友财(372)
- ⑧① 子罕谢宝(372)
- ⑧① 曹操以身作则(373)
- ⑧② 顾协怒而拒礼(373)
- ⑧③ 文坛巨匠谦虚无比(373)
- ⑧④ 农民重金交公(373)
- ⑧⑤ 悬殊至诚惊上下(374)
- ⑧⑥ 把生的希望留给别人(374)
- ⑧⑦ 吴玉章的座右铭(374)
- ⑧⑧ 刘向证明主有三惧(375)
- ⑧⑨ 巴斯德怒退学位证书(375)
- ⑨① 昂德丁浮尸极婴儿(375)
- ⑨① 千金买邻(376)
- ⑨② 梅兰芳虚心讨教(376)
- ⑨③ 爱因斯坦虚怀若谷(376)
- ⑨④ 让人三尺(376)
- ⑨⑤ 谢灵顿改过自新(377)
- ⑨⑥ “见鬼去吧!美元!”(377)
- ⑨⑦ 侯可急人所急(378)
- ⑨⑧ 罗蒙诺索夫妙语护俭(378)
- ⑨⑨ 弥勒佛的形象艺术(378)
- ⑩① 梁上君子(379)
- ⑩① “既然破了,还看它干什么?”(379)
- ⑩② 他欺骗了全世界(380)
- ⑩③ 孙中山拒绝接受“万岁”欢呼(380)
- ⑩④ 主席和掏粪工人(380)
- ⑩⑤ 瘦骨铜声(381)
- ⑩⑥ “一钱太守”(381)
- ⑩⑦ 贪奢亡国的教训(381)
- ⑩⑧ 瑞士人的“小气”(382)
- ⑩⑨ “我不是为了追求荣誉而工作”(382)
- ⑩⑩ 壁立千仞,无欲则刚(382)
- ⑩⑪ 居里夫人视奖章的玩具(383)
- ⑩⑪ “站在巨人的肩膀上”(383)
- ⑩⑬ 列宾的回信(384)
- ⑩⑭ 孝笋严冬出(384)
- ⑩⑮ 母亲永远只有一个(384)
- ⑩⑯ 留下筐子(385)
- ⑩⑰ 一口痰的恶果(385)
- 情感友谊(386)
- ⑩⑱ 高山流水觅知音(386)
- ⑩⑱ 萧何捐嫌举曹参(386)
- ⑩⑳ 巨伯义护病友(386)
- ⑩㉑ 朱冲厚道睦邻里(387)
- ⑩㉒ 谭嗣同尊师“叛”师(387)
- ⑩㉒ 薛包分家谦让兄弟(388)
- ⑩㉔ 陶侃不忘母训(388)
- ⑩㉕ 归钺尽心奉继母(388)
- ⑩㉕ 青文胜以死请命(389)
- ⑩㉖ 华子鱼巧还礼金(389)
- ⑩㉖ 李士谦乐善好施(390)
- ⑩㉖ 唐僧一段姻缘(390)
- ⑩㉗ 牛顿终身未娶(391)
- ⑩㉗ 托尔斯泰家庭不和(391)
- ⑩㉗ 刑场上的婚礼(391)
- ⑩㉘ 爱因斯坦的瘸腿妻(392)

⑬④ 苏格拉底的妻子(392)

⑬⑤ 马克思求婚(392)

⑬⑥ 士为知己者死(393)

——意志毅力(393)

⑬⑦ 厉归真深山画虎(393)

⑬⑧ 塞纳河畔的灯光(394)

⑬⑨ 欧阳修的“三多”(394)

⑬⑩ 齐白石勤作不息(394)

⑬⑪ “算账吧,多少钱?”(395)

⑬⑫ 闻一多醉书忘婚(395)

⑬⑬ 一天写一本长篇小说的作家
(395)

⑬⑭ 面对退稿(396)

⑬⑮ 爱迪生不畏失败(396)

⑬⑯ 贝利的奋起(396)

⑬⑰ 贝多芬浸水练指(396)

⑬⑱ 陈景润撞树(397)

⑬⑲ 不达目的不罢休(397)

⑬⑳ 名人的“每日”(397)

⑬㉑ 鹅卵石与阴阳头(398)

⑬㉒ 孔子的发现(398)

⑬㉓ 戒奢屏和纸镜子(399)

⑬㉔ 一本书挽救了一个小偷(399)

⑬㉕ 雨果苦练强身(400)

⑬㉖ 莫扎特年轻早亡(400)

⑬㉗ 孔子非文弱书生(400)

⑬㉘ 李离严格自律(400)

⑬㉙ 托尔斯泰痛改前非(401)

⑬㉚ 李时珍重修《本草》(401)

——苦乐荣辱(402)

⑬㉛ 汉文帝以俭为本(402)

⑬㉜ 史天泽不贪恋官位(402)

⑬㉝ 卞太后生活清贫(403)

⑬㉞ 王玉润成人之类(403)

⑬㉟ 司马光节俭为怀(404)

⑬㊱ 介子推轻视名利(404)

⑬㊲ 杨震巧言拒贿(405)

⑬㊳ 列宁礼让服务员(405)

⑬㊴ 爱迪生为荣誉所思(405)

⑬㊵ 居里夫人无私奉献(406)

⑬㊶ 争名逐利身败名裂(406)

⑬㊷ 苦在功前(406)

⑬㊸ 徐特立的“进”与“退”(407)

⑬㊹ 巴罗辞职为牛顿(407)

⑬㊺ 瞿秋白视死如归(407)

⑬㊻ 叶挺囚歌壮山河(408)

⑬㊼ 活着的王成——韦长近(408)

⑬㊽ 陆游临死不忘恢复中原(409)

⑬㊾ 一个看见烂泥,一个却看见了
星星(409)

⑬㊿ 斗争就是幸福(409)

⑭① 经忧患方知安乐(410)

⑭② 高士其身残志坚(410)

⑭③ 爱因斯坦的金钱观(410)

⑭④ 愚昧的阴影(411)

——教育成才(411)

⑭⑤ 省悟(411)

⑭⑥ 成才“三诀”(412)

⑭⑦ 忘记生死(413)

⑭⑧ 小偷和他的母亲(413)

⑭⑨ 逆境与成才(414)

⑭⑩ 杜甫逆境写名篇(414)

⑭⑪ 王亚南锯床惊觉(415)

⑭⑫ 白痴画家(415)

- ⑩⑨ 自学成才的典范(415)
- ⑩④ 苏阿其自学成才(416)
- ⑩⑨ 少年时代表现差的杰出人物(416)
- ⑩⑨ 达芬奇画蛋(417)
- ⑩⑨ 孔子学琴(417)
- ⑩⑨ 过庭之训(418)
- ⑩⑨ 囫囵吞枣(418)
- ⑩⑨ 孔子拜小孩为师(418)
- ⑩⑨ 卓别林以教师为荣(419)
- ⑩⑨ 咬住青心不放松(420)
- ⑩⑨ 落榜后成名的人(420)

理论篇

- ① 人的解释(425)
- ② 男性心目中的女性“丑”(425)
- ③ 我国男子汉的新特征(426)
- ④ 男子汉的气质(426)
- ⑤ 女强人的特质(427)
- ⑥ 给男人多一点关怀(427)
- ⑦ 男人的温柔(428)
- ⑧ 儿子眼中的父亲(429)
- ⑨ 与其……不如……(429)
- ⑩ 抓住机会(430)
- ⑪ 八种性格的人离婚率高(430)
- ⑫ 把时间花在什么地方(431)
- ⑬ 遗忘与学问(431)
- ⑭ 四类读者(432)
- ⑮ 中刘名人治学方法(432)
- ⑯ 不要随意贬低自己(433)
- ⑰ 学会限制自己(433)
- ⑱ 害羞——性格优势(434)
- ⑲ 制怒有益(434)
- ⑳ 说“谦虚”(435)
- ㉑ 音乐并非都有益(436)
- ㉒ 博爱是什么(436)
- ㉓ 珍惜梦的启迪(436)
- ㉔ 取他人之短(437)
- ㉕ 顺境逆境都可成才(438)
- ㉖ 聪明的特征(438)
- ㉗ 兴趣是成才的引路人(438)
- ㉘ 刘挚纵论人才(439)
- ㉙ “老实人”别解(439)
- ㉚ 老实人与不老实人的特点(440)
- ㉛ 人格(440)
- ㉜ 什么是中华民族精神(441)
- ㉝ “0”的断想(441)
- ㉞ 路是什么(442)
- ㉟ 金钱并非万能(442)
- ㊱ 人生的挑战(443)
- ㊲ 爱因斯坦成功的方式(443)
- ㊳ 失败的优胜面(444)
- ㊴ 传统道德的批判继承(444)
- ㊵ 体验烦恼(445)
- ㊶ “难得糊涂”才精明(445)
- ㊷ 滑溜和攀登(446)
- ㊸ 雕塑(446)
- ㊹ 学会忘记(447)
- ㊺ 不要以为……(447)